

Modul 4: Sicherheit

DiA – Digital in Arbeit

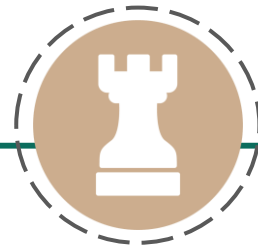
Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



DiA wird gefördert aus Mitteln des
Arbeitsmarktfonds des Bayerischen
Staatsministeriums für Arbeit, Familie
und Soziales



Forschungsinstitut
Betriebliche Bildung



Level 2



Lernziel:

Ergreifen von einfachen Maßnahmen zum Schutz des eigenen Gerätes und zum Energiesparen



Kapitel 3: Maßnahmen zum Energiesparen



Sehen Sie sich den Film zum
Thema
Tipps zum Energiesparen bei
der Computernutzung
an.
[Hier geht's zum Video](#)



Tipps aus dem Film:

1. Öfter abschalten

Rechner bei über 30min Nichtnutzung herunterfahren und komplett ausschalten.

Dafür Netzschalter auf Computer-Rückseite oder Steckdosenleiste mit Schalter nutzen.

2. Kein „Standby“ bzw. „Energie sparen“-Modus

Bringt nur geringe Energieersparnis. Besser bei Pause:

- weniger als 5min: alles anlassen
- 5-15min: Bildschirm ausschalten
- länger als 15min: Ruhezustand

Energiespartipps

3. Ruhezustand nutzen

Spart Zeit und Energie. Speichert die aktuelle Sitzung und man kann später einfach weiterarbeiten.

- PC verbraucht im Ruhezustand kaum Strom
- Erwachen aus Ruhezustand schneller als Neustart

4. Kein Bildschirmschoner

Bildschirmschoner sind Stromfresser. Sie sind heutzutage nicht mehr nötig, deshalb am besten ganz deaktivieren. Lieber Bildschirm abschalten (bzw. nach bestimmter Zeit automatisch abschalten lassen) oder Ruhezustand nutzen.

5. Bildschirmhelligkeit anpassen

Den Bildschirm am besten nicht auf volle Helligkeit stellen, sondern etwas dunkler. Die volle Helligkeit ist nicht notwendig und ermüdet auch die Augen stärker als ein etwas dunklerer Bildschirm.



Ein bewusster Umgang mit dem Computer spart viel Energie!
Das schont die Umwelt und spart außerdem Geld!



Viel Erfolg beim Ausprobieren!

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



DiA wird gefördert aus Mitteln des
Arbeitsmarktfonds des Bayerischen
Staatsministeriums für Arbeit, Familie
und Soziales



Forschungsinstitut
Betriebliche Bildung